

# 「健康管理は安全管理」を 合言葉に健康起因事故を防ぐ

官民を問わず、バス事業では近年、健康起因事故の多発が大きな問題となっている。健康診断後のフォロー体制の確立、徹底した血圧管理などを通じ、健康起因事故を防ぐ取り組みを続ける横浜市交通局の事例を紹介する。

## 健診受診後の フォロー体制を充実

横浜市交通局では、平成27～30年度の「市営交通中期経営計画」に職員の健康管理を盛り込んだ。その経緯について、横浜市交通局総務部人事課長の亀本武伸さんはこう説明する。「27年以前にも法令上必要な健康診断等は行われており、その受診率はほぼ100%でしたが、健診受診後のフォロー体制や健康管理支援の仕組みは構築されていませんでした。また、各事業所に衛生管理者は配置されていましたが、健康づくり全体を考える専門職はいませんでした。しかし当時から、バス運転手の健康起因事故は社会問題にもなっていました。健康管理の重要性を見直し、健康管理は安全管理だ」という意識

を職員に浸透させようと、中期経営計画に職員の健康管理を盛り込みました」

そのキーパーソンとして27年度に総務部に配置されたのが、担当係長の五十嵐小百合さんだ。28年度には保健師がもうひとり配属され、現在は産業医5人、相談医1人で職員の面談や巡視を行い、保健師2人で個別の健康相談や全体の健康事業実施等を行っているが、配属当時の状況について五十嵐さんはこう語る。

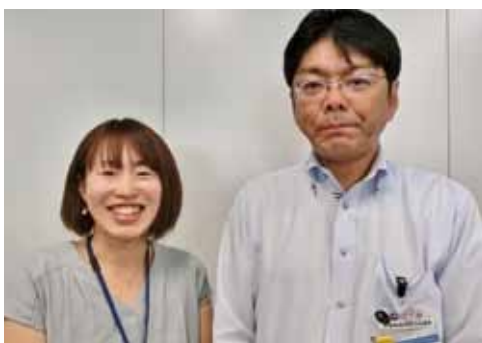
「健診結果が緊急レベルの人には、所属長から病院受診の指示が出たりしていましたが、それ以外は結果を活用できていませんでした。健診は受けただけでは意味がなく、その後どうフォローするのが大事なので、その体制整備から始めました」

まず始めたのが、健診結果の総合



喫煙に対する研修で呼気一酸化炭素濃度を測定する職員

資料1 健診で異常がみられた職員に送付される文書と衛生管理者向け研修会の様子



横浜市交通局総務部人事課長の亀本武伸さん(右)と担当係長の五十嵐小百合さん



営業所での血圧測定の様子

判定で、異常が見られた職員全員への文書による受診勧奨や、当時まったく認知されていなかった特定保健指導の利用率を上げる取り組みだ。とくに特定保健指導については、その存在すら知られていなかったため、各事業所の衛生管理者を集めた勉強会で説明をしたり、外部に行かなくても各事業所で保健指導を受けられるようにしたりするなど、環境を整えていった(資料1)。その結果、26

年度は1・5%だった特定保健指導の利用率が27年度には37・0%にまで上昇し、28年度には特定保健指導を利用したほとんどの職員に、BMIおよび腹囲の減少が見られた。SAS(睡眠時無呼吸症候群)スクリーニング検査も以前から行われてはいたが、異常が見られた職員がきちんと治療をしているのか、把握できていなかった。そこで、重症・中等症と判定された職員に対する精密

**資料2 平成27・30年  
定期健診の血圧の経年変化(バス運転手のみ)**

	A 基準値	B 経過観察	C 要精密検査	D 要受診	E 緊急連絡	全体
H27	915(75.9%)	225(18.7%)	56(4.6%)	7(0.6%)	2(0.2%)	1,205
H30	1,006(82.2%)	186(15.2%)	30(2.5%)	2(0.2%)	0(0.0%)	1,224

**資料3 国と交通局(40・50代)の高血圧ハイリスク者(男性)  
30年度健診結果より**

	交通局全体	交通局運転手・運転士	全国
40代(140/90mmHg以上)	15.0%	13.6%	32.8%
50代(140/90mmHg以上)	22.5%	22.4%	57.2%

※全国データは[2016年国民健康・栄養調査]より

**健康起因事故の主因となる病気の予防のために血圧管理を徹底**

職員の健康管理の中でも、五十嵐さんがとくに重要視しているのが血圧管理だ。

「健康起因事故の原因の約8割は、脳血管疾患や心臓疾患といわれています。高血圧は、これら血管系疾患の大きなリスクファクターになります。ですから、血圧をしっかり管理することが、健康起因事故の減少につながると考え、かなりシビアに管理しています」

具体的な取り組みとして、全16の事業所に血圧計を設置し、高血圧の診

検査費用の助成制度を導入し、医療機関受診を義務づけ、治療状況の提出を徹底した。その結果、27年度は重症4人(0・8%)、中等症27人(5・5%)だったのに対し、30年度には重症1人(0・2%)、中等症23人(4・7%)と徐々に減少がみられている。さらに今後は、SASの治療であるCPAP療法のマスクをきちんと装着して就寝しているか、その装着率までを徹底して管理・把握していきたいという。

断基準である140/90mmHg以上の職員には、毎月2回、測定結果を提出させている。それを産業医が確認。高い状態が続いていれば医療機関への受診勧奨や、一部職員には、産業医による個別指導が行われる。

このような取り組みにより、血圧値が高い職員は年々減少している(資料2)。また、40・50代男性職員の高血圧ハイリスク者も、全国と比較してその割合は低い(資料3)。五十嵐さんは、「日ごろの血圧管理を徹底している効果だと感じます」と語る。

しかし一方で、バス運転手の肥満率は高いという。公共交通機関が動いていない時間帯に出退勤することが多く、マイカー、バイク通勤が主流となるうえ、日中はバス乗務であることから、明らかに運動不足になること、食事が一番の楽しみで、食べすぎてしまう運転手が多いことなどがその理由だ。さらに近年では、バス運転手の平均年齢も上がっている。こうした状況を踏まえ、ますます健康管理が重要になってくることから、横浜市交通局では30年度から、MRIとMRAを含む脳ドックへの全額助成も開始した。まずは30年度に、健診の有所見率が高い3つの営

業所と、長距離バスの運転手を対象に試行。今年度からは、産業医と協力して、健診データをもとに脳血管疾患が見つかりやすいリスクを点数化し、点数の高い人全員を対象に全額助成を行う。

さらには、29年度に局内でインフルエンザが流行し、バスの運行が危うくなった経験から、30年度にはインフルエンザ予防接種費用の助成制度も開始している。

## ストレスチェックで明らかにになった バス運転手の高ストレス

28年度からのストレスチェック制度の開始に伴い、心の健康管理も拡充している。

「実は、私が配属された当初は、職員数のわりにはメンタル疾患による病休者、休職者が少ないという印象でした。しかし、ストレスチェックでは、バス運転手に高ストレス者がかなり多いという結果が見られました。それまでは、メンタルヘルスに関する知識もなく、相談窓口の存在も知られていなかったために、メンタル不調を感じても、どこにも相談できなかったのかもしれない」と

五十嵐さんは分析する。

バス運転手に高ストレス者が多い理由について亀本さんは、「バス運転手は、運転、安全管理、接客からお金の管理まで、すべてひとりで行わなければならない。定時運行のプレッシャーも相当なものです。生活も不規則になりますし、ストレスは高まる一方だと思います」と語る。その一方で、保守や整備などチームを組んで仕事をしている部署のストレス度は低いそうだ。

ストレスチェックの結果、バス運転手にあまりにも高ストレス者が多いことに危機感を覚えた五十嵐さんは、外部のカウンセリングを無料で受けられる体制を整備した。しかし、乗務時間の都合等により利用する職員が少なかったことから1年で廃止し、代わりにセルフケア研修や産業医による相談窓口を充実させた。

セルフケア研修では、そもそも「ストレスが高い状態」に気づかない職員が多いことから、ストレスのサインに気づいてもらう確認から始め、自分なりの解消方法を見つけるための講義などを行っている。また、職員の間で、メンタルヘルス相談ができるルートがあることの認知が年々広まり、月2回設けている産業医に

よるメンタルヘルス相談は毎回、時間が超過するほど相談者が増えていくという。

さらに、メンタルヘルス疾患による休職者の復職に向け、休職中の慣らし勤務プログラムを組むなど、手厚い支援を目指している。

## あたりまえのことを 積み重ね健康経営を 目指して

「保健師が配属されてからの4年間で、やっと職員の健康管理についての土台が固まってきたように感じます。以前から、定期的に血圧測定する習慣はありましたが、この数年で、その重要性を理解して測る職員が増えてきました。また、職員が各所属営業所の衛生管理者に相談すれば、保健師につながるというルートが浸透してきて、個別相談も増えてきました。職員の健康に対する意識も変わってきていると思います」と亀本さんは語る。

今後の展望について五十嵐さんは、「今年から新しい中期経営計画が始まるので、それに合わせて、横浜市交通局の健康経営計画を立てて、実行していきたいと考えています。こ

れまでは、病気の管理がメインでしたが、より予防的な方向にシフトしていきたいと思っています。健康づくりには環境を整えることも必要ですから、職員食堂にヘルシーメニューを取り入れたり、食堂で啓発活動をしたり、栄養士と協力した事業もやっていきたいと思っています」と語る。

また、緑内障などの視野に関係する病気が事故につながるおそれもあることから、それらの障害についての予防・啓発や、女性職員のための職場環境の整備、働き方改革の一環としての残業縮小など、さまざまな分野について総合的な計画をつくっていく予定だという。

五十嵐さんは最後に「健康起因事故を出したくないという思いは、全職員にあります。運転手さんたちにとっては大変だとは思いますが、そのためには、健康管理という一見面倒なことでも、愚直に積み重ねて、続けていくしかありません。やっと4年かけて土台ができたので、今後は予防にも目を向けつつ、健康管理は安全管理という意識を忘れずに、これまでの取り組みを継続していきたいと思います」と結んだ。